

МДОУ Старомайнский детский сад № 5

Проект
по здоровому образу жизни
для детей младшего дошкольного возраста
«В стране здоровячков»

Подготовили:

воспитатели

Кузнецова Е.Е.,

Саврасова Н.В.

2016 год

Продолжительность проекта: долгосрочный (сентябрь-декабрь 2016г)

Тип проекта: познавательно-игровой

Участники проекта: воспитатели, дети разновозрастной младшей группы и их родители, руководитель по физ.воспитанию, медсестра.

Возраст детей: от 2 до 4 лет

Содержание:

1. Актуальность проекта.
2. Цель и задачи проекта.
3. Ожидаемые конечные результаты реализации проекта.
4. Перечень основных направлений проекта.
5. Краткое описание проекта по этапам.
6. План реализации проекта.

1.Актуальность проекта

Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является сохранение и укрепление здоровья детей. Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности.

Для достижения гармонии с природой, с самим собой необходимо учиться заботиться о своем здоровье с детства. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его посредством здоровьесберегающих технологий и приобщения к здоровому образу жизни.

2. Цель и задачи проекта.

Цель проекта:

Сохранение и укрепление здоровья детей младшего дошкольного возраста, как основа личностного, эмоционального и физического развития.

Задачи проекта:

- 1.Формировать у детей осознанное отношение к сохранению и укреплению своего здоровья.
2. Обеспечить всестороннее и гармоничное развитие физического, психического и социального здоровья у детей.
3. Развивать навыки самооздоровления.

4. Формировать культурно-гигиенические навыки у детей младшего дошкольного возраста.
5. Обогащать предметно-развивающую среду группы.
6. Укрепить связи между детским садом и семьёй, изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

Основные формы реализации проекта:

- * НОД.
- * Дидактические игры и упражнения.
- * Художественное слово.
- * Чтение художественной литературы.
- * Развлечения, беседы.
- * Работа с родителями.

Практическая значимость проекта заключается в создании единого здоровьесберегающего воспитательно-образовательного процесса в ДОУ.

3. Ожидаемые конечные результаты реализации проекта:

Дети от 2–4 лет должны:

- Осознание детьми понятия «здоровье» и влияние образа жизни на состояние здоровья.
- Выполнение детьми культурно-гигиенических навыков.

Предполагаемый результат проекта для родителей:

- Повышение знаний для обеспечения успешного развития детей.
- Получение консультаций по вопросам формирования здорового образа жизни.
- Укрепление связей между детским садом и семьёй.
- Повысить уровень знаний родителей об укреплении здоровья детей.
- Изменение позиции родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

Возможности проекта для воспитателей:

- Повышение знаний по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.
- Формирование валеологической культуры, изменение отношения педагога к своему здоровью.
- Улучшение отношений между детьми.
- Укрепление связи с родителями.

4. Перечень основных направлений проекта

Оснащение предметно-развивающей среды группы детского сада:

- Сделать подборку дидактических игр.

Работа с родителями:

Родительское собрание:

- «Здоровый образ жизни- залог здоровья».

Консультации, рекомендации, наглядная информация:

1. «Как заставить ребенка есть овощи»
2. «Как сделать оздоровительные соки».
3. «Культурно-гигиенические навыки у детей младшего возраста».
4. «О здоровом образе жизни ребенка».
5. «О профилактике гриппа, ОРЗ, ОРВИ и простуды у детей»
6. «Организация активного семейного отдыха»
7. «Для чего вашему ребенку необходим режим дня»
8. «10 советов родителям о здоровье детей».

5. Краткое описание проекта по этапам

Тип проекта: групповой, творческий.

Продолжительность проекта: сентябрь – декабрь 2016г.

Участники проекта: дети разновозрастной младшей группы, родители воспитанников, воспитатели, помощник воспитателя, медсестра.

Информационно-аналитический этап:

Выявление уровня знаний детей о правилах гигиены, о пользе витаминов и их значимости для сохранения и укрепления здоровья через наблюдения, беседы; составление плана работы; разработка содержания проекта; изучение литературы.

Основной этап:

Выполнение подробного плана работы по всем видам деятельности с детьми; большая совместная образовательная работа с детьми, родителями для решения поставленных задач; подборка художественных произведений, потешек, загадок, словесных игр по данной теме; блок занятий по познавательному развитию и художественно-эстетическому развитию..

Заключительный:

Подведение итогов работы над проектом; презентация проекта

6. План реализации проекта

Ежедневная профилактическая работа: утренняя гимнастика, физкультминутки, гимнастика пробуждения, массажные дорожки, пальчиковые игры, офтальмологические паузы, дыхательная гимнастика.

СЕНТЯБРЬ

1. Беседа «Чистота- залог здоровья»
2. НОД : «Доктор Айболит в гостях у малышей»
3. Сюжетно-ролевая игра «Больница»
4. НОД (экология): «Овощи с огорода».
5. Чтение русской народной сказки «Про непослушные ручки и ножки».
6. НОД (рисование): «Апельсин и мандарин»
7. Дидактическая игра «Угадай на вкус»
8. Настольная игра «Лото- фрукты»
9. Родительское собрание: «Здоровый образ жизни- залог здоровья».
10. Консультация для родителей «Как заставить ребенка есть овощи».
11. Наглядная информация для родителей «Как сделать оздоровительные соки».

ОКТЯБРЬ

1. НОД (рисование): «Ягоды и яблоки лежат на блюдечке».
2. Чтение русской народной сказки «Репка»
3. НОД (познание): «Научим Мишутку заботиться о своем здоровье».
4. Игровая ситуация: «Кукла Катя заболела»
5. Дидактическая игра «Узнай и назови овощи»
6. Дидактические упражнения: «Оденем куклу на прогулку», «Уложим куклу спать».
7. Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Федорино горе»

8. Консультация для родителей: «Культурно-гигиенические навыки у детей младшего возраста».

9. Рекомендации родителям о здоровом образе жизни ребенка.

НОЯБРЬ

1. Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу!»

2. Совместная деятельность по лепке: «Полезные овощи и фрукты»

3. Чтение художественной литературы: «Мойдодыр» К.Чуковского

4. Игры ситуации «Купание куклы» «Накормим куклу»

5. Дидактическое упражнение: «Айболит встречает ребят»

6. Дидактические игры: «Водичка, водичка», «Вымой руки»

7. Подвижная игра «Зайка серый умывается»

8. Консультация для родителей. «О профилактике гриппа, ОРЗ, ОРВИ и простуды у детей».

9. Рекомендации родителям по организации активного семейного отдыха.

ДЕКАБРЬ

1. Беседа на тему «Чистота и здоровье».

2. Заучивание потешки «Водичка, водичка».

3. Чтение художественной литературы: «Девочка чумазная» А.Барто.

4. Дидактическое упражнение «Покажем кукле Кате, как мы накрываем на стол».

5. Дидактическая игра «Одежкин домик»

6. Рассматривание иллюстраций в тематических папках «Овощи, фрукты», «Продукты питания» «Очень вкусно и полезно...» .

7. Спортивное развлечение «Мы мороза не боимся».

8. Консультация для родителей: «Для чего вашему ребенку необходим режим дня»

9. Десять советов родителям о здоровье детей.

Список используемой литературы:

Харченко Т. Е. «Бодрящая гимнастика для дошкольников» Изд.: Санкт – Петербург Детство – Пресс 2011 г.

Михайленко Н. Я., Короткова Н. А. «Организация сюжетной игры в детском саду» Изд.: Москва Линка – Пресс 2009 г.

Алешина Н. В. «Ознакомление дошкольников с окружающим и социальной действительностью» (младшая группа). Изд.: ЦГЛ Москва 2003 г.

Иванова Н. В., Кривовицына О. Б. «Социальная адаптация малышей в ДОУ» Изд.: Москва Творческий центр «Сфера» 2011 г.

Нищева Н. В. «Картотека подвижных игр, физминуток, пальчиковой гимнастики». Изд.: Санкт – Петербург Детство – Пресс 2010 г.

Черенкова Е. Ф. «Развивающие игры с пальчиками». Изд.: Москва Рипол Классик Дом 21 век 2010 г.

Кравченко И.В., Долгова Т.Л. «Прогулки в детском саду» Младшая группа

Бондаренко А.К. «Дидактические игры в детском саду» Москва: Просвещение, 1991.

Осокина Т.И. «Игры и развлечения детей на воздухе» М. : Просвещение, 1983.

Сорокина А.И. «Дидактические игры в детском саду» М. : Просвещение, 1982.